

---

## **Estudio comparativo cineantropométrico de karatekas pertenecientes a la selección universitaria Inca Garcilaso de la Vega y a la Selección Peruana. Lima. Mayo 2010**

Jamee Guerra, Rosa Oriondo

Universidad Inca Garcilaso de la Vega y Federación Peruana de Karate

---

**Objetivos:** Comparar las características cineantropométricas de la selección universitaria Inca Garcilaso de la Vega y Peruana de karate.

**Diseño:** Descriptivo, transversal.

**Institución:** Universidad Inca Garcilaso de la Vega y Federación Peruana de Karate.

**Participantes:** 34 karatekas, ambos sexos, entre 16 y 30 años, pertenecientes a la selección universitaria Inca Garcilaso de la Vega y a la selección Peruana.

**Intervenciones:** Las mediciones antropométricas (pliegues, perímetros, segmentos corporales y diámetros óseos) fueron realizadas según el protocolo ISAK. Se analizó 20 variables antropométricas.

**Principales medidas de resultados:** Composición corporal y somatotipo.

**Resultados:** En las selecciones nacional y universitaria respectivamente, el porcentaje de masa adiposa fue en promedio 25% y 27% en varones y 33% y 35% en mujeres; el porcentaje de masa muscular fue 48% y 47% en varones, 43% y 40% en mujeres. Los somatotipos encontrados en varones fueron el mesomorfo balanceado y mesoendomórfico para la selección peruana y universitaria, respectivamente; en las mujeres fue endomesomórfico en ambas selecciones. Solo existió diferencia significativa en el somatotipo de varones de diferentes selecciones ( $p < 0,01$ ).

**Conclusiones:** La composición corporal y el somatotipo de la selección universitaria no fueron óptimos. La selección nacional presentó valores más cercanos a los estándares internacionales.

**Palabras clave:** Cineantropometría, composición corporal, somatotipo, karate.

---

## **Nivel de consumo diario de frutas y verduras en escolares con sobrepeso y obesidad del primer y segundo grado de primaria de la Institución Educativa Particular San Andrés. Lima. Mayo 2011**

Katherine Alfaro

Institución Educativa Particular San Andrés

---

**Objetivos:** Determinar el nivel de consumo diario de frutas y verduras en escolares con sobrepeso y obesidad de primer y segundo grado de nivel primario de la IEP San Andrés.

**Diseño:** Estudio descriptivo, transversal, observacional y prospectivo.

**Institución:** Institución Educativa Particular San Andrés.

**Participantes:** Veintisiete escolares con sobrepeso y 33 con obesidad, de primer y segundo grado de nivel primaria.

**Intervenciones:** Aplicación de formato de frecuencia de consumo de frutas y verduras, previamente validada con ayuda de un laminario de frutas y verduras.

**Principales medidas de resultados:** Consumo de frutas y verduras en gramos/día (g/d) y por tipo.

**Resultados:** El consumo diario de frutas y verduras de la población, según el estado nutricional, fue en promedio de  $340 \pm 70$  y  $286 \pm 116$  g/d, para los escolares con sobrepeso y obesidad, respectivamente. El 75% de los encuestados consumió menos de 400 g de frutas y verduras/d. Las frutas más consumidas fueron la mandarina, el plátano y la manzana; en caso de las verduras fueron el tomate, pepinillo y la coliflor.

**Conclusiones:** El consumo de frutas y verduras diariamente fue inadecuado en 75% de la población estudiada, mientras que solo en 25% fue adecuado.

**Palabras clave:** Frutas, verduras, sobrepeso, obesidad.